SHE1 – Digital Mini Pedometer

Introduction

Thank you for buying the SHE1. We are confident that this device will provide you with a simple but effective way of monitoring the total distance you have run.

The measuring range is comprised between 0.01 and 999.99 km.

Operation

1) Hold the SHE1 in front of you. The display reads 0.00 (if not : press RESET).
2) Determine your average stride length as follows :
   Walk or run 10 steps and measure the total distance (from the tip of your shoe before step 1 to the tip of your shoe after step 10). Divide this distance by 10 to calculate your average stride length.
3) Hold the round push-button in the bottom left-hand corner of the front panel to make the digits of the LCD flash. Note that the SHE1 will return to the normal display mode if you wait longer than 5 seconds to press the next key. Use RESET to enter your average stride length : 5cm (= 0.166ft) will be added every time RESET is pressed. The length of the strides is comprised between 30 and 150 cm (1 to 5ft). Wait 5 seconds to press the next button or press the round push-button in order to return to the normal display mode.
4) Clip the device to your belt.
5) Start walking or running. The SHE1 will now calculate the distance travelled (from 0.01 to 999.99 km).
6) Press RESET to delete the measured distance and follow steps **1** through **5** to restart the distance measurement.

Battery Replacement

Replace the old L1154 button cell with a new one (or an equivalent, e.g. LR44) when the figures on the display become dim or illegible.

1) Use a coin to open the battery cover at the back of the device. Remove the old button cell and insert the new one. The positive (+) pole should face up.
2) Close the battery cover and dispose of the old button cell.

Remarks

- you will need to re-enter your average stride length upon replacing the button cell.
- respect all applicable laws when disposing of batteries.

SHE1 – Digitale Mini-Pedometer

Inleiding

Proficiat met uw aankoop ! De SHE1 is een eenvoudig maar efficiënt toestel waarmee u de totale afstand kunt berekenen die u heeft afgelegd.

Het meetbereik van de SHE1 ligt tussen 0.01 en 999.99 km.

Gebruik

1) Bekijk de display van de SHE1 : u leest de digits 0.00 (zo niet : druk op RESET).
2) Bepaal de gemiddelde lengte van uw passen als volgt :
   Neem of loop 10 passen en meet de totale afstand (van de punt van uw schoen vóór stap 1 tot de punt van uw schoen na stap 10). Deel deze afstand door 10 om de gemiddelde lengte van uw passen te berekenen.
3) Houd de ronde drukknop ingedrukt die zich in de linkerbenedenhoek van het frontpaneel bevindt om de cijfers van de LCD te doen knipperen. Merk op dat de SHE1 terugkeert naar de gewone display mode indien u langer dan 5 seconden wacht om de volgende knop in te drukken. Gebruik RESET om de gemiddelde lengte van uw passen in te geven : de display verspringt per 5cm telkens als u RESET indrukt. U kunt passen programmeren van 30 tot 150cm lang. Druk gedurende 5 seconden geen enkele knop in of gebruik de ronde drukknop om terug te keren naar de normale display mode.
4) Bevestig de SHE1 aan uw riem.
5) Begin te stappen of lopen. De SHE1 zal nu de afgelegde afstand berekenen (van 0.01 tot 999.99 km).
6) Druk op RESET om de gemeten afstand te wissen en volg stappen **1** tot en met **5** om te herbeginnen.

Batterij vervangen

Vervang de L1154 knoopcel door een nieuw exemplaar (of door een equivalent, vb. LR44) wanneer de cijfers van de display vervagen of onleesbaar worden.

1) Gebruik een muntstuk om het batterijdeksel aan de achterkant van de SHE1 te openen. Verwijder de oude knoopcel en breng de nieuwe in. De positieve (+) pool moet zich aan de bovenkant bevinden.
2) Sluit het batterijdeksel en gooi de oude knoopcel weg.

Opmerkingen

- u zal de gemiddelde lengte van uw passen opnieuw moeten ingeven wanneer u de knoopcel vervangt.
- respecteer alle toepasselijke wetten wanneer u batterijen weggooit.

SHE1 – Mini pédomètre numérique

Introduction

Nous vous remercions de votre achat ! Le SHE1 est un appareil simple et efficace, qui vous permettra de mesurer la distance totale que vous avez parcourue.

La plage de mesure est comprise entre 0.01 et 999.99 km.

Opération

1) Placez le SHE1 devant vous. Les chiffres 0.00 sont affichés (sinon, pressez RESET).
2) Déterminez la longueur moyenne de vos pas de la façon suivante :
   Faites 10 pas et mesurez la distance totale (mesurez la distance entre la pointe de votre chaussure avant le premier pas et la pointe de votre chaussure après le dixième pas). Divisez cette distance par dix pour connaître la longueur moyenne de vos pas.
3) Gardez le bouton-poussoir rond enfoncé qui se trouve en bas et à gauche du panneau frontal. Les digits de l'afficheur se mettent à clignoter. Remarquez que le SHE1 retournera au mode d'affichage normal si vous attendez plus de 5 secondes avant de presser le bouton suivant. Utilisez RESET afin d'entrer la longueur moyenne de vos pas : 5cm sont ajoutés chaque fois que vous pressez RESET. La longueur des pas est programmable entre 30 et 150cm. Par après, vous devez presser le bouton-poussoir rond ou simplement attendre pendant 5 sec. afin de retourner au mode d'affichage normal.
4) Attachez l'appareil à votre ceinture.
5) Commencez à marcher ou à courir. Le SHE1 calculera la distance totale que vous avez parcourue de 0.01 à 999.99 km.
6) Pressez RESET afin d'effacer les digits de l'afficheur. Reprenez alors les numéros **1** à **5** de la procédure afin de recommencer le mesurage.

Remplacement de la pile

Insérez une nouvelle pile bouton L1154 (ou un équivalent, p.ex. LR44) quand les digits de l'afficheur deviennent flous ou illisibles.

1) Ouvrez le couvercle à l'arrière de l'appareil à l'aide d'une pièce. Enlevez l'ancienne pile bouton et insérez la nouvelle avec le pôle positif (+) en dessus.
2) Fermez le couvercle et jetez l'ancienne pile bouton.

Remarques

- vous devrez réintroduire la longueur moyenne de vos pas après avoir remplacé la pile bouton.
- respectez toutes les lois applicables lorsque vous jetez une pile usée.

SHE1 –Podómetro digital

Introducción

Gracias por haber comprado el SHE1 ! El SHE1 es un aparato simple y eficaz, que le permitirá medir la distancia total recorrida.

El rango de medida es de 0.01 a 999.99 km.

Operación

1) Coloque el SHE1 delante de Ud. Se visualizan las cifras 0.00. (si no es el caso, apriete RESET (reiniciar)).
2) Determine la distancia media de sus pasos de la siguiente manera :
   Camine o corra 10 pasos y mida la distancia total (mida la distancia entre la punta de su zapato antes el primer paso et la punta de su zapato después del décimo paso). Divida esta distancia por diez para obtener la distancia media de sus pasos.
3) Mantenga apretado el pulsador redondo que se encuentra en la esquina inferior izquierda del panel frontal. Los dígitos del display empiezan a parpadear. Note que el SHE1 vuelve al modo de visualización normal si Ud. espera más de 5 segundos antes de apretar el siguiente botón. Use RESET a fin de entrar la distancia media de sus pasos : se añaden 5cm cada ves que apriete RESET. La distancia de pasos se programa entre 30 y 150cm. Después, apriete el pulsador redondo o espere simplemente 5 seg. para volver al modo de visualización normal.
4) Fije el aparato en su cinturón.
5) Empiece a caminar o correr. El SHE1 calculará la distancia total recorrida de 0.01 a 999.99 km.
6) Apriete RESET para borrar los dígitos del display. Vuelva a seguir **1** a **5** del procedimiento a fin de volver a la medición.

Reemplazar la pila

Introduzca una nueva pila de botón L1154 (o equivalente, p.ej. LR44) si los dígitos del display están flojos o ilisibles.

1) Abra la tapa, que se encuentra en la parte posterior del aparato, con una moneda. Reemplace la batería debilitada por una nueva con el polo positivo (+) apuntando hacia arriba.
2) Cierre la tapa y tire la pila de botón agotada.

Observaciones

- Vuelva a introducir la distancia media de sus pasos después de haber reemplazado la pila de botón.
- Respete todos los leyes aplicables si tira una pila agotada.

SHE1 – Digitaler Mini-Schrittzähler

Einführung

Wir bedanken uns für den Kauf des **SHE1**! Der Schrittzähler ist ein einfaches und effizientes Gerät, mit dem Sie die totale zurückgelegte Gesamtstrecke errechnen können.

Der Messbereich des SHE1 befindet sich zwischen 0.01 und 999.99 km.

Inbetriebnahme

1) Sehen Sie sich das Display des SHE1 an : Sie lesen die Digits 0.00 (wenn dies nicht der Fall ist : drücken Sie RESET).
2) Stellen Sie die Schrittlänge ein wie folgt :
Wandern oder laufen Sie 10 Schritte und messen Sie die Gesamtdistanz (von der Schuhspitze vor Schritt 1 bis die Schuhspitze nach Schritt 10). Teilen Sie diese Distanz durch 10 um die Durchschnittslänge Ihrer Schritte zu berechnen.
3) Halten Sie die runde Drucktaste, die sich in der unteren linken Ecke der Frontplatte befindet, gedrückt, um die Ziffer des LCD blinken zu machen. Achten Sie darauf, dass der SHE1 nach 5 Sekunden ohne Tastendruck in den Normaldisplay-Modus zurückkehrt. Verwenden Sie RESET um die Durchschnittslänge Ihrer Schritte einzugeben : jedes Mal wenn Sie die RESET-Taste drücken, wird 5cm hinzugefügt. Es ist eine Längeneinstellung von 30 bis 150cm möglich. Drücken Sie 5 Sekunden keine einzige Taste oder verwenden Sie die runde Drucktaste, um in die Normaldisplay-Modus zurückzukehren.
4) Befestigen Sie den SHE1 an Ihrem Gürtel.
5) Fangen Sie an, zu wandern oder laufen. Der SHE1 wird nun die zuückgelegte Distanz berechnen (von 0.01 bis 999.99 km).
6) Drücken Sie die RESET, um die gemessene Distanz zu löschen und folgen Sie Schritt **1** bis **5** um wiederanzubeginnen.

Batterie ersetzen

Ersetzen Sie die L1154-Knopfzelle durch eine neue gleichen Typs (oder equivalent, z.B. LR44) wenn kein genaues Ablesen mehr möglich is.

1) Öffnen Sie den Batteriedeckel auf der Rückseite mit einem Geldstück. Entfernen Sie die alte Knopfzelle und legen Sie eine neue, mit dem positiven (+) Pol nach oben, ein.
2) Verschließen Sie den Batteriedeckel und entsorgen Sie die alte Knopfzelle.

Bemerkungen

- Geben Sie die Durchschnitsslänge nach einem Batteriewechsel wieder ein.
- Achten Sie alle passenden Gesetze wenn Sie Batterien entsorgen.